КИЕВСКИЙ ГОРОДСКОЙ СОВЕТ
НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ
УПРАВЛЕНИЕ БЫТОВОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
„КИЕВГОРСПРАВКА“

БЛЮДА МОЛДАВСКОЙ КУХНИ

КИЕВСКИЙ ГОРОДСКОЙ СОВЕТ
НАРОДНЫХ ДЕПУТАТОВ
УПРАВЛЕНИЕ БЫТОВОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
„КИЕВГОРСПРАВКА"

БЛЮДА МОЛДАВСКОЙ КУХНИ

НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ
БИБЛИОТЕКА КИЕВСКОГО
МЕХАНИЧЕСКОГО З-ДА

Киев 1990

Молдавская национальная кухня отличается обилием овощей и фруктов, всевозможных пряностей и приправ. При приготовлении различных блюд широко используются кабачки и баклажаны, перец и помидоры, фасоль и лук, огурцы и редис. Приправы повышают вкусовые качества блюд, придают им особый аромат и остроту.

У молдаван очень популярна мамалыга. Готовят ее из густо заваренной кукурузной муки, обычно в чугунном котле, выкладывают на скатерть и режут ниткой. Мамалыгу едят с борщом, солёной рыбой, шкварками, овечей брынзой, молоком и сметаной.

Национальными мучными изделиями считаются вертуты и плацинды с различными фаршами. Из сладких блюд любят кисель из вина, различные напитки и фрукты.

При приготовлении вторых блюд используется различное мясо. Оно готовится преимущественно на гратере — решетке, расположенной над раскаленными углями. Такой способ приготовления придает кушаньям своеобразный приятный вкус.

Праздничный стол в молдавской семье не обходится без холодца из петухов, голубцов в виноградных листьях, фасоли и сладкого плова из риса.

Материалы подобраны работниками газетно-журнального отдела «Киевгорсправки» Л. И. Епанешниковой, Э. М. Спектор, Н. С. Грущ, Я. Л. Рубцовой совместно с Киевским ордена Трудового Красного Знамени научно-исследовательским институтом общей и коммунальной гигиены им. А. Н. Марзеева Министерства здравоохранения УССР.

Все замечания и предложения по настоящему изданию просим направлять по адресу: 252055 Киев, просп. Перемоги, 22, «Киевгорсправка». Тел. 274-01-27.

Салат «Молдова». Сушеные грибы промывают, отваривают и нарезают соломкой. Отварной картофель нарезают кубиками. Грибы (200 г) и картофель (300 г) смешивают с консервированной кукурузой (800 г), шинкованным репчатым луком (150 г), круто отваренными яйцами (10 шт.), солят, заправляют смесью растительного масла (3 ст. ложки) и уксуса (1 ст. ложка). Сверху салат посыпают мелко рубленой зеленью укропа и петрушки.

Салат по-сорокски. Говяжью или свиную печень (300 г.) промывают, зачищают, нарезают кусками, солят, посыпают перцем, панируют в муке и обжаривают на разогретой сковороде с маслом. Охлажденную готовую печенку пропускают через мясорубку. Редис (300 г) очищают и нарезают кружочками. Смешивают с печеночной массой, заправляют сметаной и солью.

Фасоль протёртая. Фасоль (150 г) перебирают, промывают 2—3 раза в холодной воде и замачивают в течение 5—7 часов. После набухания воду сливают, заливают свежей холодной водой, чтобы она покрывала фасоль не более чем на 1 см, и ставят варить без соли. Отваренную фасоль откидывают на дуршлаг, затем пропускают через мясорубку, заправляют растёртым чесноком (2—3 зубка), мелко рубленым пассерованным луком (30 г) и солью. Готовую фасоль можно выложить на тарелку с помощью кондитерского мешка или ложки. Блюдо украшают зеленью.

Закуска из фасоли. Перебранную и промытую фасоль замачивают, затем отваривают, как в предыдущем рецепте, пропускают через мясорубку с частой решеткой. Затем массу заправляют пассерованным луком (50 г) и болгарским перцем (50 г), нарезанным соломкой, солят по вкусу, добавляют специи. При подаче фасоль поливают заправкой из растертого чеснока, красного перца и уксуса и украшают веточками зелени.

Редис с брынзой и маслом. Редис (150 г) очищают от зелени, оставив 1—2 веточки, тщательно моют, у белого редиса снимают кожицу, затем кладут на 20—30 минут в холодную воду. У зеленого лука отрезают корешки, удаляют увядшие перья и промывают. На тарелку укладывают подготовленный редис, зелёный лук и ломтики сливочного масла (20 г) и брынзы (30 г). Чтобы брынза была менее острая, нарезанные ломтики ошпаривают кипятком, воду сливают, дают брынзе остыть и выкладывают на порционную тарелку.

Овощное ассорти. Свежий некрупный огурец, среднего размера, свежий помидор, очищенный от семян стручок сладкого болгарского перца, 2—3 пера зелёного лука и 3—4 листика зелени петрушки выкладывают на охлаждённую тарелку. Рядом с овощами кладут ломтики брынзы (30 г) и сливочное масло (20 г). По краям обкладывают мелкими кусочками пищевого льда (30—40 г).

Закуска молдавская. Творог (50 г) и брынзу (50 г) протирают через сито. Мелко шинкуют репчатый лук (60 г) и чеснок (20 г). Всю массу тщательно перемешивают, заправляют по вкусу солью и черным молотым перцем.

Овощи в кубиках изо льда. В каждую ячейку льдоформы положить по ломтику моркови, огурца, редиса, веточку укропа или петрушки. Добавить в каждую ячейку воду и поставить в холодильную камеру, пока не образуется лёд. Овощные кубики из льда выкладывают на охлаждённую тарелку и кладут рядом щипцы.

Соус из варёной фасоли. Отварить, как сказано в предыдущих рецептах, фасоль (450 г). Сложить её в миксер, добавить 3 столовые ложки тёртого сыра (можно брынзы), 4 столовые ложки соуса «Южный» или соуса «Томатный острый», половину чайной ложки молотого чёрного перца, посолить по вкусу. Взбитый соус прокипятить в течение 5 минут. Если смесь окажется слишком густой, разбавить её водой. Перед подачей соус перелить в небольшой соусник и поставить его рядом с блюдом мамалыги.

Кисло-сладкий салат из фасоли. Салат лучше готовить за сутки до подачи на стол. Два стакана фасоли замочить на ночь. В сковороду налить два чайных стакана воды и опустить замоченную фасоль. Сварить, но не переваривать. Готовую фасоль обсушить. Смешать 3/4 стакана 3 %-ного уксуса и 3/4 стакана сахара и прокипятить до растворения сахара. Полученной смесью залить фасоль. Нарезать кольцами лук (3 луковицы) и перец (3 стручка) и смешать с фасолью, заправить растительным маслом (2 ст. ложки), посолить, тщательно перемешать. Перед по-

дачей подержать не менее 3 часов в холодильнике. Подавать охлаждённым.

Салат из разных овощей. Нашинковать 200 г свежей капусты, слегка посолить и хорошо размять руками до появления сока. Свежие помидоры (200 г) нарезать тонкими кружочками. Печеный сладкий перец (200 г) очистить от семян и кожицы, нашинковать тонкой соломкой. Овощи перемешать со столовой ложкой мелко нарубленной зелени укропа и петрушки. Приготовить соус: 2 желтка сваренных вкрутую яиц растереть с сахарным песком (1 чайн. ложка) и горчицей (1 чайн. ложка), постепенно влить туда, непрерывно растирая, растительное масло (0,5 стакана), а затем уксус (2 ст. ложки), хорошо размешать. Залить этим соусом овощи. Сверху украсить нарезанными соломкой яичными белками, положив их в круг посредине салатника, а в центре насыпать горкой протёртые через дуршлаг остальные желтки. Всего на салат нужно 3—4 яйца.

Фасоль в орехово-чесночном соусе. Отваренную, как сказано в предыдущих рецептах, фасоль выложить в салатницу и залить орехово-чесночным соусом. Для его приготовления следует замочить в молоке два ломтика белого хлеба, дать набухнуть, слегка отжать, затем взбить миксером. Половину стакана ядер орехов поджарить, снять с них тонкую кожицу, смолоть миксером и смешать с хлебной массой. При постоянном перемешивании влить 0,5 стакана растительного масла, 1 ст. ложку лимонного сока, добавить по вкусу соль, перец и смешать с растертыми зубками чеснока (2—3 зубка).

Молдавская национальная кухня имеет многолетние традиции в приготовлении различных супов. Одним из общих правил является закладка в кипящую жидкость предварительно нарезанных овощей в такой последовательности, чтобы они были в равной степени готовы к концу варки. Не рекомендуется варить суп на сильном огне, хранить его более 1—1,5 часов, иначе разрушится витамин С, ухудшится внешний вид и вкус блюда.

В конце варки молдавские кулинары кладут в супы пучок зелени,

состоящий из петрушки, укропа, сельдерея, лука порея и чабреца. Душистая зелень придаёт супу приятный аромат, улучшает вкус. В конце варки зелень вынимают. При подаче супы посыпают мелко рубленой зеленью.

Обязательным компонентом многих молдавских супов является квас.

Приготовление молдавского кваса. 2 кг пшеничных отрубей смачивают холодной водой, затем заливают крутым кипятком (12 л), накрывают крышкой или полотняной салфеткой и ставят на сутки в тёплое место для брожения. Готовый квас процеживают и охлаждают, а оставшуюся массу заливают ещё раз кипяченой водой и снова выдерживают сутки в тёплом месте.

Можно использовать и имеющийся в продаже хлебный квас для окрошки.

Борщ с фасолью. 250 г сырокопченой лопатки или грудинки варят в 1,5 л воды до готовности, затем вынимают и нарезают кусками. В бульон закладывают предварительно замоченную в холодной воде фасоль (120 г) и варят, пока она не станет мягкой. Когда фасоль сварится, в бульон добавляют один пассерованный корень петрушки и одну средней величины луковицу. За 15—20 минут до готовности вводят один стакан (200 г) хлебного кваса, кладут специи, солят по вкусу и дают прокипеть. При подаче в борщ кладут варёные копчёности и зелень.

Суп с курицей. 200—250 г курятины обрабатывают, рубят на куски. Мясо заливают холодной водой (1 л) и варят до готовности, периодически снимая жир. За 30 минут до окончания варки бульон солят, добавляют одну морковку и очищенную луковицу. Одну сырую морковку нарезают соломкой, одну луковицу — кольцами и пассеруют на маргарине (10 г). В готовый бульон вводят перебранный, промытый рис (40 г), доводят до кипения, затем добавляют пассерованные овощи и специи. За 20 минут до окончания варки вливают 2 стакана предварительно прокипяченного кваса из отрубей, добавляют пучок зелени, который затем вынимают. Готовый суп подают с кусочками курицы, посыпав зеленью укропа и петрушки.

Зелёный борщ с крапивой. Крапиву (250 г) ошпаривают кипятком, припускают и протирают через дуршлаг. Полученное пюре вводят в кипящую воду или бульон (1 л) и доводят до кипения. Затем промытые и измельченные листики щавеля (250 г), картофель, нарезанный кубиками (200 г), промытый и перебранный рис (20 г), пассерованные коренья (1 морковь и 1 корень петрушки) и лук (1 луковица), добавляют 2 столовые ложки томата-пюре, солят по вкусу и варят до готовности. При подаче в тарелку кладут круто сваренные и измельченные яйца (0,5 шт.) и столовую ложку сметаны.

Суп овощной по-молдавски. В сваренный куриный бульон (250 г курятины) последовательно кладут нарезанный кубиками картофель (400 г), шинкованную капусту (100 г), нарезанные соломкой свежие шампиньоны (100 г), пассерованные овощи (1 морковь, 1 луковица) и варят до готовности. В конце варки добавляют стакан (200 г) прокипяченного кваса. Готовый суп заправляют льезоном (взбить 1 сырое яйцо и 40 г сметаны

или сливок). При подаче в тарелку кладут кусочки курицы, наливают суп, кладут ломтик лимона и посыпают мелко рубленой зеленью.

Чорба с телятиной и грибами. Телячью грудинку или говяжье мясо (300 г) отваривают до готовности. Сушеные белые грибы (50 г) перебирают, промывают и кладут на 3—4 часа в холодную воду, чтобы они набухли, затем отваривают и режут соломкой. Одну небольшую морковку, корень петрушки и средних размеров луковицу нарезают соломкой и пассеруют. Из муки и яиц замешивают домашнюю лапшу (можно взять 50 г готовой). В приготовленный бульон добавляют грибы, домашнюю лапшу, пассерованные овощи и варят 10—15 минут. За 5 минут до готовности добавляют прокипяченный квас (300 г), заправляют солью, молотым черным перцем и зеленью (которую в конце варки вынимают). При подаче в тарелку кладут кусочки мяса, столовую ложку сметаны и посыпают чорбу зеленью.

Чорба с фрикадельками и гренками. Варят костный бульон (400 г костей). В кипящую жидкость кладут пассерованные овощи: морковку, нарезанную соломкой, корень петрушки и луковицу, нашинкованные и прожаренные до розового цвета на столовом маргарине (15 г). Затем добавляют прокипяченный молдавский квас (300 г), варят 5 минут, заправляют специями и льезоном. Говяжье мясо (150 г) и небольшую сырую луковицу пропускают через мясорубку, добавляют одну столовую ложку взбитого яйца, соль, перец по вкусу, ложку воды или молока и хорошо перемешивают. Из фарша формуют шарики и варят их на пару или припускают на сковороде.

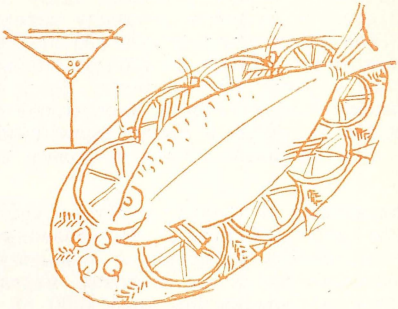
Для приготовления гренок с двух-трёх ломтиков белого хлеба срезают корочку, нарезают небольшими кубиками и подсушивают в духовке до появления розоватого оттенка.

При подаче чорбы в тарелку кладут фрикадельки, наливают чорбу, посыпают мелко рубленой зеленью. На пирожковой тарелке подают гренки.

Молдавская чорба. Варят куриный бульон (200 г мяса). Одну морковь, один корень петрушки и одну луковицу нарезают соломкой и пассеруют в курином жире, затем добавляют две чайные ложки уксуса и выпаривают жидкость, помешивая овощи. В курином бульоне отваривают до полуготовности картофель (300 г), затем заправляют блюдо пассерованными овощами, столовой ложкой муки, разведенной в бульоне, солят, посыпают щепотью красного молотого перца. При подаче в тарелку кладут кусок курицы и столовую ложку сметаны.

Суп овощной летний. Пять стручков сладкого болгарского перца, две луковицы, 5 помидоров нарезать, влить 3 столовые ложки растительного масла и тушить при небольшом огне под крышкой до готовности. Готовые овощи посолить, залить кипятком (2,5 л), добавить картофель (200 г) и варить до готовности. Одну столовую ложку муки пассеровать на подсолнечном масле до золотистого цвета, развести бульоном, дать несколько раз вскипеть, снять с огня, заправить льезоном, посыпать зеленью. Подавать можно и горячим и холодным.

Суп из рыбы. Осетрину или белугу (300 г) разделывают на куски и отваривают с кожей, без хрящей. В готовый бульон закладывают картофель (400 г), варят 15—20 минут. Затем кладут пассерованный лук (40 г), нарезанные соломкой одну морковку и корень петрушки. В конце варки добавляют прокипяченный квас (200 г), лавровый лист и черный перец. При подаче посыпают зеленью.



РЫБНЫЕ БЛЮДА

Рыба отварная с соусом муждей. Обработанную рыбу (судак или морской окунь — 400 г) нарезают на куски кругляшом и укладывают в сотейник в один ряд, заливают холодной водой и варят 15—20 минут при медленном кипении. В конце варки кладут чабрец, проваривают 15 минут, затем добавляют белое вино (20 г) и еще раз кипятят. Отвар используют для приготовления соуса муждей.

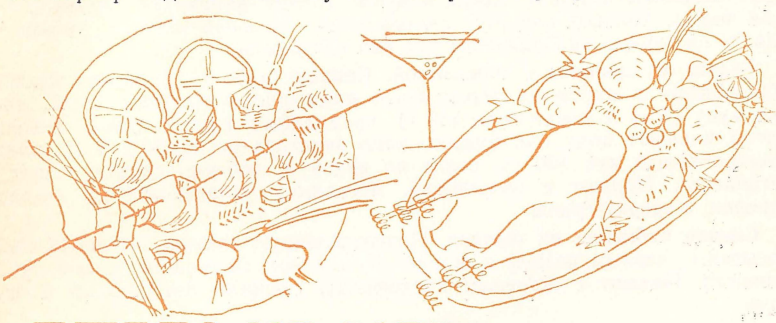
При подаче рыбу поливают соусом муждей, на гарнир подают мамалыгу, украшают веточками петрушки или укропа. На порцию — 30 г соуса.

Соус муждей. Для приготовления соуса очищают чеснок (150 г), растирают с солью до получения однородной массы, затем разводят бульоном (1,5 стакана), вливают оливковое или подсолнечное масло (75 г), добавляют по вкусу красный и черный молотый перец и мелко рубленую зелень. Перед подачей соус перемешивают. Подают к мясным и рыбным блюдам.

Рыба по-домашнему. Разделанную на филе рыбу (400 г) — речную или морскую — с позвоночной и реберными костями нарезать на порционные куски, посолить, посыпать перцем, заложить в посуду (сотейник или гор шочек). Лук репчатый (120 г) нарезать кольцами и слегка отпассеровать. Лук и приготовленную рыбу переложить слоями, добавить перец горошком (душистый или горький), влить виноградное вино (40 г) — белое или красное, лимонную кислоту (0,2 г), разведенную бульоном или водой, и

тушить рыбу в течение 30—40 минут на умеренном огне. За 15—20 минут до конца тушения добавить измельченную зелень петрушки (15 г) и свежие помидоры (150 г) или томат-пюре (30 г). Помидоры лучше очистить от кожицы, крупные — нарезать половинками. В конце тушения кладут чеснок (1 г) и веточку чабреца, которую проваривают 2—3 минуты и вынимают.

На гарнир подают мамалыгу или отварной картофель, фасоль.



БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

Бифштекс по-молдавски. Кусок утолщенной части говяжей вырезки (150 г) отбивают. На середину куска мяса кладут фарш из пассерованного лука (20 г), нарезанного полукольцами, и сырого свиного сала (30 г), нарезанного соломкой. Придав куску мяса с начинкой форму бифштекса, его солят, перчат и жарят до готовности. Подают со сложным гарниром: зелёный горошек (30 г), солёный огурец (50 г), тёртый хрен (15 г) или под чесночным соусом. Для приготовления соуса мелко порезать чеснок (10 г), добавить столовую ложку сливочного масла, растёртого с чайной ложкой 3 %-го уксуса.

Биточки по-кишинёвски. Жирную свинину (250 г) пропускают через мясорубку с частой решеткой. Добавив чёрный перец, соль по вкусу, 2 яйца, молоко (20 г), фарш тщательно взбивают, разделяют на порции и ставят в холодное место на 20 минут. Затем формуют биточки, макают их в льезон, панируют в муке и жарят. Подают с жареным картофелем, соленьями, украсив зеленью.

Мититеи на гратере. Говядину (200 г) пропускают через мясорубку, фарш солят, добавляют молотый красный перец, щепоть питьевой соды, измельченную дольку чеснока, воду или бульон (10 г), кусочек (4—5 г) мелко нарезанного сала. Фарш хорошо перемешивают, взбивают и выдерживают на холоде 10—12 часов. Затем разделывают его в виде колбасок

длиной 10—15 см. Для этого из мясорубки вынимают решетку и нож, заменив их воронкой из жести. Колбаски жарят на разогретой решетке-гратере. Подают мититеи по две штуки с зелёным луком, свежими огурцами и помидорами, поливая соусом муждей.

Кавурма из цыплят. Обработанного цыплёнка или курицу (250 г) нарезают кусками и обжаривают на маргарине (15 г), добавляют репчатый лук (50 г), томат-пюре (10 г) и пассерованную муку (5 г). Затем заливают бульоном и тушат. Когда кавурма готова, добавляют мелко рубленый чеснок. Подают кавурму с мамалыгой, посыпав зеленью. Можно подавать на гарнир припущенный рис или картофель.

Гуляш из свинины с мамалыгой. Свинину (150 г) нарезают кусками, обжаривают с жиром до образования поджаристой корочки, затем, добавив муку (5 г) и томат-пюре (10 г), продолжают жарить еще 5—6 минут. Затем вливают воду или бульон, вино виноградное белое (15 г), кладут пассерованный лук (50 г), солят по вкусу и, добавив специи, тушат до готовности. Подают с мамалыгой. Мамалыгу укладывают на середину тарелки, а сверху гуляш.

Свиная отбивная на гратере. Подготовленную свиную отбивную солят, посыпают черным перцем и жарят на гратере, смазанном салом, до готовности. Подают с жареным картофелем, свежими помидорами и огурцами.

Свиная отбивная в тесте. Из свиной корейки нарезают полоски вместе с реберной косточкой по одной на порцию, слегка отбивают, перерезают сухожилья, зачищают косточку и придают мясу овальную форму. Затем обжаривают на гратере-решетке, смазанной салом, до готовности. Готовят тесто из муки (60 г), яйца (1 шт.), молока (60 г), чайной ложки сахара и щепоти соли. Котлету-отбивную обмакивают в тесто и обжаривают в сливочном масле. Подают со сложным гарниром (жареный картофель, зелёный горошек или фасоль стручковая отварная или отварная кукуруза молочной спелости, припущенная морковь).

Печенка на гратере. Печенку говяжью (150 г) промывают, вырезают желчные протоки, снимают плёнку, снова хорошо промывают, нарезают кусками, посыпают солью, перцем и жарят на решетке-гратере, смазанном салом. На гарнир — жареный картофель (100 г), зелёный консервированный горошек (50 г), маринованный перец (50 г), лук репчатый, нарезанный кольцами (25 г). Почёнку можно полить соусом муждей (20 г).

Цыплёнок с фасолью. Обработанного цыплёнка (250 г) рубят на порционные куски, посыпают солью, чёрным перцем и обжаривают в сотейнике на сливочном масле вместе с мелко нарезанным репчатым луком (25 г) до образования румяной корочки. Доводят до готовности в духовке, поливая жиром и соком, выделившимися при жарке.

Перебранную и промытую фасоль замачивают в холодной воде в течение 5—6 часов, а затем варят. Готовую фасоль откидывают на сито, заправляют сливочным маслом и жареным луком (фасоль — 75 г, масло — 15 г, лук репчатый — 25 г). При подаче фасоль кладут на тарелку, сверху

укладывают кусок цыплёнка, посыпают мелко рубленым чесноком, украшают зеленью.

Цыплёнка можно залить чесночно-сметанным соусом: 1 стакан сметаны, 1 чайная ложка уксуса (6 %-ного), 1 чайная ложка сахара, щепоть соли, черный молотый перец (1 г). Всё тщательно взбить. Добавить головку растертого чеснока или выдавленный из неё сок.

Цыплёнок на гратере. Обработанного цыплёнка (200 г) разрубить на порционные куски, слегка отбить, посыпать солью, перцем и жарить на гратере. Решетку предварительно смазать салом. Подавать со сложным овощным гарниром: зелёный консервированный горошек (90 г), маринованный перец (80 г), лук репчатый, нарезанный кольцами (25 г), зелень петрушки и укропа (3—5 г). Отдельно подать соус муждей (30 г).

Жаркое по-молдавски. Говядину (150 г) нарезают по два куска на порцию и обжаривают с добавлением пассерованной муки (1 чайная ложка) и репчатого лука (10 г). Картофель (250 г) нарезают и обжаривают на смальце (10 г). Мясо соединяют с картофелем, укладывают в горшочки (можно использовать и сотейник), заливают костным бульоном так, чтобы он покрыл продукты, кладут пассерованный томат-пюре (7 г), соль, специи и тушат 30—40 минут. В конце тушения добавляют красное сухое вино (15 г). Перед подачей жаркое посыпают мелко рубленым чесноком и зеленью. К жаркому отдельно на тарелке подают свежие помидоры или малосольные огурцы.

Кавурма из утки. Обработанную утку (250 г) нарезают кусками и обжаривают на утином жире до образования румяной корочки. Затем мясо укладывают в сотейник, заливают небольшим количеством воды и тушат 15—20 мин. Репчатый лук (40 г) мелко режут, пассеруют в том же жире, в котором обжаривалась утка, добавляют томат-пюре (10 г) и прогревают полученную массу до загустения; всыпают подсушенную пшеничную муку (15 г), разводят соус бульоном, добавляют молотый красный и чёрный перец, лавровый лист и соль. Полученным соусом заливают утку и тушат до готовности. Перед подачей в соус кладут тёртый чеснок. На гарнир — картофель или отварной рис.

Кавурма из молодого барашка. Мякоть баранины (100 г) нарезают кусками весом 25—30 г и обжаривают до полуготовности. Затем добавляют пшеничную муку (5 г) и томат-пюре (10 г). Жарят еще 5 минут, затем вливают немного воды, кладут пассерованный репчатый лук (40 г), соль, чеснок и тушат под крышкой до готовности.

Гарнир — из овощей, круп или макаронных изделий.

Гуляш с красным перцем. Мякоть говядины (160 г) — лопаточную часть — нарезают кубиками весом по 20—25 г, солят и обжаривают до образования румяной корочки. Затем мясо помещают в сотейник, добавляют пассерованный лук (20 г), томат-пюре (15 г), муку пшеничную (5 г), зубок растёртого чеснока, четверть чайной ложки красного молотого перца. Всё заливают бульоном или горячей водой так, чтобы продукты были покрыты, и тушат в плотно закрытой посуде. Подают с овощами или мамалыгой.

Токана из свинины. Свиную грудинку от реберной части рубят небольшими кусочками или мякоть свинины нарезают кубиками по 25—30 г, солят и жарят на обрезном сале. Затем добавляют репчатый лук (50—60 г), специи и жарят до готовности. В конце кладут мелко рубленый чеснок. Подают с мамалыгой. Мамалыгу выкладывают на тарелку в виде шара. Посредине делают углубление, в которое кладут токану, и посыпают рубленой зеленью петрушки.

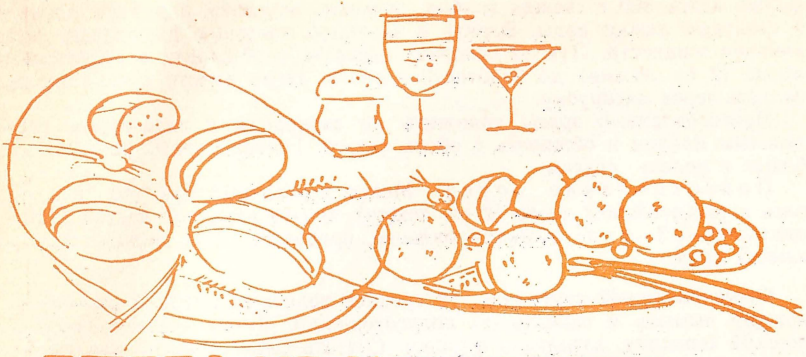
Говядина по-сельски. Мякоть говядины (250 г) нарезают крупными кусками и обжаривают. Мелкий лук-саженец (100 г) пассеруют, фасоль (70 г) отваривают до полуготовности. В глиняные горшочки кладут пассерованный лук, мясо, бекон (75 г), нарезанный кубиками, фасоль, заливают красным вином (10 г), бульоном или водой, чтобы продукты были покрыты. Закрывают крышкой или тестом и тушат в духовке 25—30 минут. Подают в горшочках, предварительно посыпав рубленым чесноком.

Тефтели по-молдавски. Свинину или говядину (100 г) пропускают через мясорубку, добавляя лук репчатый (20 г), соль, чёрный молотый перец. Из полученного фарша формуют мелкие шарики и обжаривают их. Затем мясные шарики укладывают в сотейник, заливают маринадом и тушат до готовности. Для маринада берут одну небольшую морковку, режут соломкой, лук репчатый (20 г) режут кольцами, измельчают небольшой корень петрушки (10 г), добавляют томат-пюре (10 г), 3—4 горошины чёрного перца, один лавровый лист, столовую ложку подсолнечного масла и две столовые ложки сухого белого вина. При подаче посыпают зеленью петрушки и укропа.

Гарнир к мясным блюдам. Нарезают кусочками картофель и обжаривают его в кипящем масле. На блюда укладывают рядом с основным продуктом маринованный перец, нарезанный соломкой, маринованные яблоки, груши или сливы, нарезанные огурцы и помидоры, веточки зелени.

Голубцы по-молдавски. Нежирную свинину (200 г) нарезают мелкими кубиками и соединяют с предварительно перебранным и промытым рисом (40 г), пассерованными кореньями моркови (50 г), петрушки (40 г), лука репчатого (50 г) и томатом-пюре (25 г) или свежими помидорами (70 г), очищенными от кожицы и нарезанными ломтиками, мелко рубленой зеленью (10 г), солью, черным молотым перцем по вкусу. Для приготовления голубцов используют виноградные листья или капусту. Капустные листья для уменьшения хрупкости слегка приваривают. Подготовленный фарш заворачивают в тщательно промытые и очищенные листья, придавая голубцу конусообразную форму. Голубцы укладывают в сотейник, заливают куриным бульоном (125 г), квасом (125 г), накрывают крышкой и тушат полтора часа. При подаче поливают сметаной (50 г).

Мусака из картофеля. Нарезанный ломтиками картофель (600 г) обжаривают до полуготовности. Свинину (250 г) пропускают через мясорубку. На смазанный маслом лист укладывают слой картофеля, затем слой фарша, снова слой картофеля и фарша. Солят по вкусу, перчат, заливают томатным соусом (40г) со сметаной (110 г) и запекают в духовке.



БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ, ОВОЩЕЙ И МУКИ

Для приготовления овощных гарниров и самостоятельных вторых блюд в молдавской кухне овощи жарят, тушат, запекают, припускают. При этом следуют таким правилам: при варке овощей уровень воды должен быть на 1—1,5 см выше их уровня. Припускают овощи в собственном соку или с небольшим количеством воды. Полученный отвар используется вместе с овощами. Овощи для тушения предварительно обжаривают до образования румяной корочки.

Рагу из овощей по-молдавски. Очищенные баклажаны (100 г), кабачки (100 г), морковь (100 г), петрушку (40 г) нарезают кубиками. Лук репчатый (40 г) дольками, стручки фасоли (50 г) — ромбиками, сладкий перец (70 г) — соломкой. Корни петрушки, морковь, кабачки, баклажаны слегка обжаривают, цветную капусту (100 г), разделенную на соцветия, стручки фасоли, зелёный горошек (50 г) отваривают до полуготовности. Все овощи соединяют в посуде, добавляют нашинкованный сладкий перец, нарезанные дольками свежие помидоры (100 г), заливают отваром, в котором варились овощи, солят по вкусу, кладут специи, закрывают крышкой и тушат до полной готовности. В конце тушения добавляют мелко нарезанный чеснок (2—3 зубка), зелень укропа и петрушки (10 г). При подаче блюдо посыпают мелко нарезанным укропом и петрушкой. Для обжаривания — 50 г растительного масла.

Рисовые зразы. Сварить полтора стакана риса в двух с половиной стаканах подсоленной воды. Готовый рис откинуть на дуршлаг, добавить две столовые ложки муки, замесить тесто, разделать на овальные лепёшки. На каждую лепёшку положить грибной фарш, смочить края лепешки водой, завернуть края, запанировать зразы в сухарях. Для приготовления

фарша взять 800 г свежих грибов, промыть, очистить, порубить, добавить 4 столовые ложки воды. Варить в закрытой кастрюле до полного выпаривания жидкости. Лук (2 головки) нарезать и обжарить в растительном масле (2 ст. ложки) до золотистого цвета, затем вместе с грибами пропустить через мясорубку.

Приготовленные зразы положить на сковороду с разогретым растительным маслом и обжарить с обеих сторон. Готовые зразы разложить на блюде и полить соусом.

Приготовление соуса. Мелко нарезанный лук (40 г) поджарить в растительном масле (2 ст. ложки), залить томатной пастой (100 г), разведенной 3—4 ст. ложками бульона, прибавить 1 ст. ложку пассерованной муки.

Фаршированный картофель. 12 средней величины клубней картофеля в кожуре вымыть и сварить до полуготовности. Затем очистить, вырезать ложкой середину, заполнить фаршем. Срезать снизу каждую картофелину так, чтобы она стояла, влить бульон, добавить чайную ложку маргарина, посолить, накрыть крышкой и поставить в нагретую духовку. Когда блюдо будет готово, залить сметанным соусом, дать постоять на слабом огне, чтобы картофель пропитался соусом, и подавать на блюде, посыпав зеленью.

Для фарша свинину и говядину (всего — 300 г) пропускают через мясорубку вместе с сырым луком (1 головка), намоченной в молоке и отжатой булкой (2 ломтика). В фарш добавить одно сырое яйцо, поперчить, посолить, ввести полстакана холодной воды и хорошо вымешать.

Для приготовления соуса полтора стакана сметаны смешать с пассерованной мукой (1 ст. ложка) и бульоном (0,5 стакана), помешивая, довести до кипения.

Голубцы с рисом и грибами. Сварить в 1 л подсоленной воды 300 г риса, откинуть на дуршлаг, смешать с вареными нашинкованными грибами (100 г сухих грибов) и поджаренным в растительном масле луком (1 головка). Подготовленный фарш заворачивают в виноградные или капустные листья. Голубцы обжаривают на сковороде со всех сторон и укладывают в глубокую посуду. Затем их заливают соусом, приготовленным на грибном бульоне (1,5 стакана), добавив 2 ст. ложки пассерованной муки и 100 г томатной пасты. Соус предварительно кипятят в течение 5 минут на слабом огне.

Голубцы тушатся до мягкости.

Баклажаны фаршированные запеченные. Вымыть, срезать плодоножки баклажанов (1 кг). Ложечкой со стороны плодоножки аккуратно выбрать мякоть. Свежие грибы (0,5 кг) почистить, хорошо промыть и порубить вместе с выбранной мякотью баклажанов, добавить мелко нарезанный лук (1 головка), посолить, выложить на сковороду с разогретым растительным маслом (50 г). Всю массу хорошо протушить, непрерывно помешивая. Готовую массу перемешать с 2 стаканами толченых сухарей и 1 стаканом мелко нарезанной зелени укропа и петрушки, наполнить ею

баклажаны. Сложить их в кастрюлю, подлить воды (0,5 стакана) и запечь в горячей духовке.

Полтора стакана сметаны посолить, смешать с пассерованной мукой (1 чайная ложка), довести, помешивая, до кипения. Выложить готовые баклажаны на блюдо, облить сметанным соусом, посыпать мелко нарезанным чесноком (2 зубка) и зеленью.

Мамалыга. Кукурузную муку (300 г) предварительно подсушивают на противне в духовке. Для варки мамалыги рекомендуется пользоваться посудой с толстым дном. Треть кукурузной муки всыпают в кипящую подсоленную воду (650 г воды, 15 г соли) и проваривают в течение 15 минут. Затем всыпают оставшуюся муку, тщательно вымешивая, и проваривают в течение 25 минут на слабом огне, периодически помешивая. После этого мамалыгу ставят на водяную баню для полного упревания. Подают мамалыгу как самостоятельное блюдо с животным или растительным жиром, с брынзой или сметаной, с молоком, а также как гарнир к мясным, рыбным и другим блюдам.

Малай (пудинг из кукурузной муки). Просеянную кукурузную муку (100 г) заваривают частью горячего молока (всего молока — 200 г) и ставят в тёплое место на 3—4 часа для набухания. Затем добавляют сахар (10 г), сливочное масло (4 г), соль, соду (на кончике ножа), часть ванилинового порошка и тщательно перемешивают. В полученную массу вливают оставшееся молоко, кладут отваренную протёртую тыкву (70 г), пшеничную муку (40 г) и хорошо вымешивают. Затем массу выкладывают слоем 4—5 см на противень с бортами, предварительно смазанный жиром и посыпанный сухарями. Поверхность массы выравнивают, смазывают яйцом и выпекают. Охлаждённый малай нарезают на порции. При подаче посыпают сахарной пудрой.

Готовый малай можно разрезать по высоте на два слоя, нижний смазать джемом или повидлом, накрыть вторым пластом и затем нарезать на порции.

Плацинда с картофелем и брынзой. Приготовить пресное слоёное тесто. Просеять пшеничную муку (350 г), высыпать на стол горкой, сделать углубление. В углубление влить половину сырого яйца, 3/4 стакана воды, добавить соль (5 г) и замесить тесто. Замешанное тесто положить на 15—20 минут в холодильник. После этого раскатать скалкой, помазать размягченным сливочным маслом (всего сливочного масла — 150 г), сложить и защипнуть края. Вновь охладить и вновь раскатать. После трехразовой раскатки слоеное тесто раскатать в пласт толщиной в полсантиметра и разрезать на квадраты. Углы смазать яйцом, на середину положить фарш, защипать тесто в виде конверта, поверхность плацинд смазать яйцом и выпекать в духовке.

Для приготовления фарша картофель (650 г) отварить, протереть, соединить с тёртой брынзой (160 г) и пассерованным репчатым луком (30 г).

Плацинда из сдобного теста с тыквой. Замешивают сдобное тесто из пшеничной муки (700 г). Дрожжи (20 г) разводят в теплой воде или мо-

локе (250 г), добавляют слегка взбитые яйца (4 шт.), сметану (100 г), соль и, осторожно всыпая предварительно просеянную муку, замешивают тесто. В конце замеса добавляют растопленное сливочное масло (100 г). Тесто вновь хорошо вымешивают, дают ему постоять 1—1,5 часа в тёплом месте. Затем замешивают тесто и раскатывают его толщиной не более 5 мм, смазывают сливочным маслом и нарезают квадратиками. На середину каждого квадратика укладывают фарш из сырой тёртой тыквы с сахаром, смазывают уголки сырым яйцом, защипывают плацинды в виде конвертов, смазывают яйцом и выпекают в духовке. Для фарша натирают тыкву (1 кг), добавляют в неё 100 г сахара и перемешивают. Противень смазывают растительным маслом и присыпают мукой. При подаче плацинду поливают сметаной и посыпают сахаром.

Вертута с творогом. Замесить из пшеничной муки (300 г) с большим содержанием клейковины, яиц (1 шт.), воды (100 г) и части растительного масла (30 г) вытяжное тесто, раскатать его скалкой, растянуть в руках и положить на чистое полотно. Поверхность раскатанного листа смазать смесью сливочного (50 г) и растительного (10 г) масла. Затем пласт теста покрыть творожной начинкой: протереть творог (400 г) с сахаром (40 г) и 1 ст. ложкой муки, добавив полтора яйца. Затем пласт с начинкой завернуть в виде рулета, который, в свою очередь, свернуть спиралью и перенести на смазанный жиром лист. Поверхность вертуты смазать яйцом и выпекать. Перед подачей нарезать на порции. Так же можно приготовить вертуту с тёртой брынзой.

Корзиночки с заварным кремом и абрикосами. Для их приготовления потребуется 6 яиц (из них 2 для смазывания теста), полтора стакана сахарного песка, 3 стакана молока, 200 г маргарина, 50 г дрожжей, муки — около килограмма, 2 чайные ложки 6 %-ного уксуса, соль по вкусу, растительное масло для смазывания формочек.

Размешать дрожжи в полутора стаканах молока, добавить 3 чайные ложки сахарного песка и столько же муки, чтобы получилось тесто, как для оладьев. Поставить опару в тёплое место на 1,5—2 часа. За час до готовности опары разбить 4 яйца, посолить, хорошо растереть и оставить постоять, чтобы они пожелтели. Затем в яйца всыпать сахарный песок и взбить смесь в пышную массу, добавить остальное молоко. Затем все смешать и хорошо вымесить, чтобы не было комков. Всыпать столько муки, чтобы получилось тесто нормальной консистенции, и, подливая растопленный маргарин и 6 %-ный уксус, месить тесто руками в кастрюле до тех пор, пока на нём не появятся пузыри и оно не станет гладким. Когда тесто увеличится в объёме вдвое, выложить его на посыпанную мукой доску. Разделить тесто на небольшие шарики и разложить в смазанные растительным маслом маленькие гофрированные железные формочки (тарталетки) так, чтобы тесто заполнило только половину каждой формочки. Дать тесту подняться до краёв, смазать осторожно яйцом, поставить формочки на противень и сейчас же поместить в средне нагретую духовку. Когда булочки будут готовы, срезать с каждой круглую верхушку и ножом вынуть часть мякиша. Заполнить булочку заварным кремом, в середину каждой положить половинку консервированного абрикоса. Вынутые мякиши смешать с этим же кремом и сформовать пирожные типа «картошка», обвалять их в какао и поставить на холод.

Для приготовления крема растереть 3 яйца со стаканом сахарного песка, добавить 1 ст. ложку картофельной муки, хорошо растереть, добавить 1 ст. ложку пшеничной муки и снова растереть. Вскипятить 2 стакана молока и, непрерывно помешивая, влить в яичную массу, довести до кипения и добавить ванильный сахар.

Кекс молдавский. Развести дрожжи (20 г) в тёплом молоке (50 г). 3 столовые ложки сахарного песка смешать с мукой (150 г блинной и 150 г пшеничной муки). Приготовить опару и поставить в тёплое место. 3 яйца растереть с сахарным песком (6 ст, ложек) добела, добавить простоквашу (0,5 стакана) и растительное масло (50 г), соединить всё с подошедшей опарой и остатком муки, добавить лимонную цедру (с половины лимона) и ванильный сахар. Замесить тесто и поставить в тёплое место. Когда тесто подойдёт, добавить в него изюм (50 г) и нарезанные орехи (25 г). Всё это размешать и вылить в хорошо смазанную растительным маслом форму для теста, заполнив её приблизительно до половины; содержимое формы выровнять ножом и оставить так на 30 минут, т. е. пока форма не заполнится тестом. Печь кекс в течение 1 часа в сильно нагретой духовке. Готовый кекс вынуть из формы после того, как остынет.

Рис с черносливом. Рис (300 г) перебирают, промывают, обсушивают и обжаривают на сковороде или противне. Чернослив (430 г) перебирают, промывают, заливают горячей водой, варят до полуготовности, откидывают на дуршлаг, затем удаляют косточки. В кипящую воду кладут сваренный до полуготовности чернослив и обжаренный рис, добавляют сахар (30 г),

лимонную кислоту (на кончике ножа), варят до готовности при слабом кипении. При подаче рис поливают сливочным маслом (100 г).

Кисель из красного вина с вареньем. Столовое красное вино (80 г) разбавляют водой (100 г) и доводят до кипения. Затем добавляют варенье (25 г), сахар (1 чайную ложку) и заваривают растворенным в холодной воде крахмалом (10 г). Кисель доводят до кипения и охлаждают.

Кисель из изюма и миндаля. Вскипятить 3 стакана молока с сахаром (9 ст. ложек), добавить очищенный от шелухи и хорошо измельченный миндаль (2 ст. ложки) и промытый, ошпаренный кипятком изюм (2 ст. ложки). 2 яичных желтка размешать с чайной ложкой картофельного крахмала и щепоткой ванилина, постепенно разбавить горячим молоком и прогреть.

— — — — — — —

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ДЛЯ ЗАМЕТОК

ПОЛЬЗУЙТЕСЬ УСЛУГАМИ «КИЕВГОРСПРАВКИ»

Не выходя из дома, Вы можете получить любую информацию. Для этого следует с домашнего телефона набрать соответствующий номер справочной службы. Итак:

0-61 — для получения справок об адресах и маршрутах проезда к кассам предварительной продажи авиационных, автобусных, железнодорожных билетов, а также билетов на речной транспорт.

Здесь же можно узнать о дислокации и телефонах станций, вокзалов и портов, расписание движения поездов, самолетов, автобусов, речных и морских судов, стоимость проезда и провоза багажа, время в пути.

— Вам помогут разыскать нужную улицу и посоветуют удобный маршрут проезда городским транспортом.

— Справочная служба сообщает телефоны и адреса предприятий, учреждений, организаций и кооперативов Киева; информирует о наличии в магазинах подписных изданий, книг по абонементам и абонементов на книги за сданное вторсырье.

— По Вашей просьбе сообщит о поступлении книг по абонементам в торговую сеть объединения «Киевкнига», а также о наличии и поступлении нужных Вам товаров в магазины Киевского областного объединения «Спорттовары» и «Киевхозторга».

0-56 — По Вашему заказу разыщут и сообщат адреса жителей не только Киева и области, но и других городов страны.

Оплата за услуги в кредит по государственным расценкам.

Экономьте Ваше время! Пользуйтесь услугами «Киевгорспрaвки»!

Время работы — ежедневно с 8.30 до 21.00.

УСЛУГИ «КИЕВГОРСПРАВКИ»

В г. Киеве установлено около тысячи рекламных щитов.

Предприятия, учреждения, организации, кооперативы и граждане могут рекламировать на них не только предстоящие события, но и свою продукцию, различные услуги, предлагать обмен жилья, куплю-продажу имущества и т. п. Для уточнения условий и выполнения заказов обращайтесь по адресу: г. Киев-55, пр. Перемоги, 22, тел. 274-50-62.

Здесь же Вам могут оказать посреднические услуги по изготовлению рекламной продукции. Расценки государственные.

БЛЮДА МОЛДАВСКОЙ КУХНИ

Составитель **Игорь Гаврилович Лаптюхин**
Ответственный за выпуск **В. Г. Шамандиков**

КИЕВ Редакционно-издательский отдел облполиграфиздата 1990

Редактор **Л. А. Жупанская**
Художник **А. П. Давиденко**
Технический редактор **В. М. Попов**
Корректор **Л. П. Тютюнник**

Сдано в набор 29. 04. 90. Подписано в печать 19. 09. 90. Формат 70×108/32. Бумага типогр. Гарнитура литературная. Печать высокая. Условн. печ. л. 1,05. Условн. краско-отт. 3,42. Уч.-изд. л. 0,86. Тираж 50000 экз. Заказ № 2550. Цена 25 к. Заказное.

Редакционно-издательский отдел облполиграфиздата. 252001 Киев-1, Крещатик, 10.

Белоцерковская городская типография. 256400 Белая Церковь, бульвар Победы, 22а.

25 k.